

Anthoni Levonsaari

ORASTUS

Teatteri-ilmaisun ohjaajan matka kohti ”henkistä taiteilijuutta”

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Esittävän taiteen koulutusohjelma
Heinäkuu 2017**

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

| | | |
|--|-----------------------|--------------------------------------|
| Centria-ammattikorkeakoulu | Aika Heinäkuu 2017 | Tekijä/tekijät Anthoni Levonsaari |
| Koulutusohjelma Esittävä taide | | |
| Työn nimi ORASTUS. Teatteri-ilmaisun ohjaajan matka kohti ”henkistä taiteilijuutta” | | |
| Työn ohjaaja Raisa Ekoluoma | | Sivumäärä 21 |
| Työelämäohjaaja - | | |
| <p>Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus ja tehty fenomenologis-hermeneuttisella tutkimusotteella. Tutkittavat ilmiöt ovat ”henkinen taide” ja ”henkinen taiteilijuus”, jotka ovat tutkijan luomia, väljiä käsitteitä.</p> <p>Tutkimuksen kimmokkeena oli halu tietää, miten teatteri-ilmaisun ohjaaja voisi yhdistää henkisen kehityksen ja kehollisen ilmaisun. Mitä tällainen ”henkinen taide” voisi olla? Minkälaisissa olosuhteissa sitä syntyisi ja millaisia menetelmiä kannattaisi soveltaa? Edellä mainittujen suuntaa-antavien tutkimuskysymysten pohjalta tutkija suunnitteli ja ohjasi syys-marraskuussa 2015 Tuulen tie -nimisen tutkimusteoksen. Se pohjautui keholliseen ilmaisuun, muun muassa Autenttiseen liikkeeseen ja butoh’oon. Keskeisin aineisto perustuu tutkimusprosessin aikaiseen työpäiväkirjaan sekä teoksen kahden esillä olijan kokemuksiin. Jälkimmäisiä kartoitettiin esimerkiksi haastatteluin ennen ja jälkeen Tuulen tien.</p> <p>Tutkimusprosessin myötä ”henkinen taide” ja ”henkinen taiteilijuus” osoittautuivat erottamattomiksi. Opinnäytetyön keskiöön nousi henkilökohtaisen matkan merkitys. Esiin muljahti kysymys siitä, minkälaisia ominaisuuksia tutkijan olisi vaalittava, jotta hänen työnsä teatteri-ilmaisun ohjaajana nivoutuisi henkiseen kehitykseen. Esimerkiksi hyväksyvän asenteen, tunnetaitojen ja kehotietoisuuden kehittämisen osoittautuivat tärkeiksi. Itsetuntemusta ja myötätuntoista asennetta voikin pitää ”henkisen taiteilijuuden” peruspilareina.</p> | | |

| |
|---|
| Asiasanat Autenttinen liike, butoh, esittävä taide, henkinen kehitys, kehollinen ilmaisu, kehotietoisuus, tietoisuustaidot. |
|---|

ABSTRACT

| | | |
|---|--------------------------|-------------------------------------|
| Centria University of Applied Sciences | Date July 2017 | Author Anthoni Levonsaari |
| Degree programme Performing Arts | | |
| Name of thesis SPROUTING. Becoming a visionary drama instructor | | |
| Instructor Raisa Ekoluoma | | Pages 21 |
| Supervisor - | | |
| <p>This thesis is a piece of qualitative research in which a phenomenological approach was used as the research method. The research deals with two broad concepts I coined: “visionary art” in general and how to become a “visionary artist”.</p> <p>As a researcher and drama instructor I was interested in combining spiritual growth and bodily expression to “visionary art”. What would this form of art be like? What kinds of methods and set up should I use? To answer these questions, I conducted a performance in September-November 2015. The Way of the Wind was based on bodily expression, namely on Authentic Movement and Butoh. The most important material of the study is the material into which I gathered the experiences of the two performers. I interviewed them before and after The Way of the Wind. In addition to the former I have written down my observations in my study diary.</p> <p>In the course of my study I have found out that ”visionary art” cannot be separated from the journey one does when becoming a “visionary artist”. I realized I need to nurture certain qualities and aspects so that I could become a visionary drama instructor. For example developing a compassionate, non-judgmental attitude, emotional intelligence and body-mind awareness have proven valuable to me. I claim they are the basis of becoming a “visionary artist”.</p> | | |

Key words

Authentic Movement, bodily expression, body-mind awareness, Butoh, performing arts, spiritual growth.

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
SISÄLLYS

| | |
|---|-----------|
| 1 JOHDANTO..... | 1 |
| 2 ESIYMMÄRRYKSESTÄ YMMÄRRYKSEEN – TUTKIMUKSENI KULKU | 3 |
| 3 TUULEN TIELLÄ – TUTKIMUSTEOKSESTA AINEISTON ANALYYSIIN..... | 5 |
| 3.1 Tutkimusteokseni kulku ja menetelmien soveltaminen | 7 |
| 3.2 Luonnon lumoa ja läsnäolon voimaa Tuulen tien esityksissä | 9 |
| 3.3 Turhautumisesta tyyneyteen ja kömpelöstä liikkeestä liitoon..... | 11 |
| 3.4 Riittämättömyys ja häpeä | 13 |
| 3.5 ”Henkinen taide” hukassa..... | 14 |
| 4 ”HENKISEN TAITEILIJUUTENI” ÄÄRIVIIVAT | 16 |
| 5 LOPUKSI..... | 18 |
| LÄHTEET | 20 |

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni on luonnos henkisyyden, henkisen kehityksen ja esittävän taiteen yhtymäkohdista. Se sai alkunsa pohtiessani, kuinka voisin ilmentää teatteri-ilmaisun ohjaajan työssäni henkisyyttä. Voisinko luoda ”henkistä taidetta” – ja mitä se voisikaan olla? Liikkeelle lähtiessäni ymmärsin henkisyyden yhteydeksi luontoon, toisiimme ja itseemme. Niin ikään se oli minulle lempeää tietoisuutta ja läsnäoloa (Opinnäytesuunnitelma 2015). Ohjaajana pyrin ilmentämään näitä osa-alueita opinnäytetyöni taiteellisessa osiossa. Syys-marraskuussa 2015 ohjaamani tutkimusteos *Tuulen tie* pohjautui keholliseen ilmaisuun, muun muassa Autenttiseen liikkeeseen ja butoh’oon. Sen aikana hahmottelin henkisyyttä kokemuksellisesti, eritoten kahden esillä olijan kokemusten kautta. Täten opinnäytetyöni tutkimusote on fenomenologis-hermeneuttinen, ja lähestyn tutkimaani ilmiötä ikään kuin sen sisältä käsin. Aineistoon kuuluu esimerkiksi esillä olijoiden tajunnanvirtakirjoituksia, haastatteluita ja yhteisiä keskusteluitamme, joita olen taltioinut työpäiväkirjaani 2015-2016. Luvussa 3 esittelen aineiston analyysin avulla löytämiäni aihioita, joita pidin keskeisinä ”henkiselletä taiteelle”.

Niin merkittäviksi kuin löytämäni aihiot koin, ne eivät johdattaneet minua ymmärryksen äärelle. Laadulliselle tutkimukselle tyypilliseen tapaan löysin itseni vallan toisaalta kuin minne olin tahtonut tallustella. ”Henkisen taiteen” määritelmän paettua toistuvasti ulottuviltani oivalsin, etten voi käsitellä sitä vailla omakohtaista kokemusta ja ymmärrystä henkisestä kehityksestä. Alkukesästä 2017 tajusin tavoittelevani ”henkistä taiteilijuutta”. Luvusta 4 alkaen kerron, miten vastausten sijaan tutkimuksestani avautuikin uusi kysymys: Miten olla ”henkinen taiteilija” ja teatteri-ilmaisun ohjaaja?

Laajemmin ottaen ”henkinen taiteilijuus” lomittuu elämäнкäsitykseeni, jota luonnehtisin kokonaisvaltaiseksi ja yhtenäiseksi. Ymmärtääkseni olemme osa jatkuvasti muuttuvaa energiaverkostoa, jossa kaikki ilmiöt ovat riippuvaisia toisistaan ja vaikuttavat toisiinsa (Malinen 2014, 60-61). Näin ollen ei ole yhdentekevää, millaisen jäljen maailmaan toiminnallamme jätämme. Mielestäni vastuullisen, taitavan ihmiselämän tavoitteena on tulla yhteydestämme tietoiseksi ja pyrkiä toimimaan niin, että voimme elää toisiamme tukien ja kunnioittaen. Kutsun tätä henkiseksi kehitykseksi, ja pidän omaa ”henkistä taiteilijuuttani” sen sisarena; yhdistelmänä vastuullista elämäntaitoa ja kehollista ilmaisu.

Minkä hyvänsä ilmaisukanavan valitseekin, ensisijaisesti ”henkisen taiteilijan” on mielestäni tunnettava itsensä. Tavoittelemiaan ominaisuuksia kehittääkseen hänen on lisäksi oltava halukas työskentelemään

sinnikkäästi ja päämäärätietoisesti itsensä kanssa. Luonnehtisinkin tällaista taiteilijuutta elämän mitaiseksi matkaksi, joka on jo itsessään antoisa ja merkityksellinen. Jotta se puhkeaisi todelliseksi ”henkiseksi taiteeksi”, sen tulisi kuitenkin myös aueta maailmalle ja rikastuttaa mahdollisimman monen olemassaoloa. Väitteeni onkin, että kypsimmillään ”henkinen taiteilija” elähdyttää monin tavoin elinyhteisöään, esimerkiksi kutsuu kunnioittavasti katsomaan asioita toisin. Yksinkertaisten taiteen tekojen kautta voi täten avautua mahdollisuus muuttaa maailmaa – tai vähintäänkin pystymme muuttamaan suhtautumistamme siihen.

Niin merkityksellinen kuin oma matkani on ollutkin, on opinnäytetyöni otokseltaan suppea ja laadultaan subjektiivinen, eikä siksi yleistettävissä. Se voi tarjota lukijalle ainoastaan osittaisen kuvauksen ja tulokinnan tutkimastani ilmiöstä. Siksi toivonkin, ettei tutkimustani otettaisi lopullisena totuutena. Ennenmin kehottaisin lukijaa aloittamaan oman matkansa kohden omaa ”henkistä taidettaan” ja ”henkistä taiteilijuuttaan”.

2 ESIYMMÄRRYKSESTÄ YMMÄRRYKSEEN – TUTKIMUKSENI KULKU

Tässä luvussa kerron lyhyesti opinnäytetyöni taustasta ja tutkimuskysymyksen muotoutumisesta. Ensimmäkin kyseessä on laadullinen tutkimus, jossa tieto käsitetään omakohtaisuuden rajaamaksi ja muuttuvaksi (Teatterikorkeakoulu 2007). Esimerkiksi käsitykseni henkisydestä on sidoksissa 2010-luvun länsimaiseen kulttuuriin, tarkemmin sanottuna tulkintaan, jonka olen tehnyt elämänkäsitykseni ja -kokemukseni pohjalta. Näin ollen sekä tutkimukseni lähtökohta että sen lopputulema ovat omaan ymmärrykseeni kudottuja (Varto 1992, 26-27, 110-114). Toisekseen painotan opinnäytetyössäni kehollista kokemusta ymmärrykseni pohjana. Näin ollen tutkimukseni kietoutuu kiinteästi kokemusten syntyhetkiin ja sen hetkisiin valmiuksiin teatteri-ilmaisun ohjaajana. Siksi opinnäytetyötäni ei tule tulkita erehtymättömäksi henkisen kehityksen oppaaksi tai edes soveltamieni menetelmien käyttöohjeeksi. Pikemminkin se on tunnustelua; kulkemani matkan pohjalta laadittu luonnos henkisen kehityksen ja esittävän taiteen yhtymäkohdista.

Elämänkäsitykseni vaikuttaa voimakkaasti opinnäytetyöni aiheen käsittelyyn. Näkemykseni henkisydestä ja henkisestä kehityksestä myötäilee muun muassa holistista ihmiskäsitystä sekä modernia tulkintaa buddhalaisuudesta. Filosofi ja psykiatri Lauri Rauhalan (1989, 26-39) mukaan ihminen on paljon muutakin kuin orgaaninen kone. Biologisen perustan ja psyyken lisäksi meillä on käsittääkseni myös sielulliseksi katsottava osa. Vaikka se kietoutuu kehollisuuteemme, elämäntilanteisuuteemme ja mieleemme, se ei ole niistä syntyjään. Tämän vuoksi henkisyys ja henkinen kehitys on mielestäni käsitettävä kokonaisuutena. Niiden tutkimisenkaan ei tulisi perustua yksittäisen osa-alueen varaan. Koska keho on kuitenkin ”kotimme” tässä aistittavissa olevassa maailmassa, lähestyn tutkimustyössäni henkisyyttä ensisijaisesti kehollisena kokemuksena sekä siihen liittyvinä mielikuvina ja mietteinä. Olen valinnut opinnäytetyöhöni fenomenologis-hermeneuttisen tutkimusotteen. Ajattelutyyliäni uskollisesti pyrin luomaan tutkimuskohteestani totuudenmukaisen kuvan kuvailemalla ja analysoimalla aineistoani sekä sen pohjalta tekemiäni poimintoja (Teatterikorkeakoulu 2007). Syvennyn tähän luvussa 3.

Opinnäytetyöni aineistoa kerrytin pääosin *Tuulen tiellä*; ohjaamani taiteellisen teoksen yhteydessä syysmarraskuussa 2015. Tutkimusteoksen tarkoituksena oli kokeilla käytännössä, mitä ”henkinen taide” voisi olla ja minkälaisia kokemuksia siihen liittyisi. Tuulen tien työryhmässä oli lisäkseni kolme ihmistä, esillä olivat Hilla Hanhela ja Juha Kuurajärvi sekä pukuompelija Aaron Raunio. Opinnäytetyöni keskeisimmät oivallukset pohjautuvat Hanhelan ja Kuurajärven tajunnanvirtakirjoituksiin, ennen ja jälkeen

tutkimusteoksen tekemiini haastatteluihin sekä yhteisiin keskusteluihimme, joita olen kirjannut työpäiväkirjaani 2015-2016. Alkuperäinen tarkoitukseni oli muodostaa yhteisen ymmärryksemme pohjalta ”henkisen taiteen” määritelmä, mutta se osoittautui odotettua hankalammaksi. En kyennyt muodostamaan kokonaiskuvaa yksittäisten, hetkeen sidottujen kokemustemme nojalla. Pitkällisen pohdinnan jälkeen päätin kertoa opinnäytetyössäni myös kulkemastani matkasta, kasvustani ”henkiseksi taiteilijaksi”. Toisin sanoen en löytänyt sitä, mitä lähdin etsimään. Sen sijaan löysin uuden kysymyksen: Miten olla ”henkinen taiteilija” ja teatteri-ilmaisun ohjaaja? Vastausta pohdin luvussa 4.

3 TUULEN TIELLÄ – TUTKIMUSTEOKSESTA AINEISTON ANALYYSIIN

Minulle henkisyys on yhteyttä luontoon, toisiimme ja itseemme. Se on myös hiljaista, lempeää ja lämpimän humoristista läsnäoloa ja tietoisuutta. (Opinnäytesuunnitelma 2015.)

Tässä luvussa kerron lyhyesti esiymmärrykseni värittämistä työskentelytavoistani sekä tutkimusteokseni synnystä. Alun alkaen tarkoitukseni oli etsiä vastausta siihen, mitä ”henkinen taide” voisi olla ja minkälaisia kokemuksia siihen liittyisi. Toisin sanoen tutkimuksellinen tavoitteeni oli kerätä aineistoa, analysoida se ja antaa ”henkisen taiteen muljahtaa esiin” (Työpäiväkirja 2016). Arvelin myös, että kokemusten kautta ymmärtäisin, olisivatko valitsemani menetelmät sopivia ”henkisen taiteen” luomisessa.

Tutkimusteokseni oli minulle osa ohjaustyön kurssia. Tasapainoilinkin sen aikana ohjaajan ja tutkijan välimaastossa. Lähtökohtaisesti kurssin sanelemat ehdot olivat ensisijaisia. Tämän tähden esimerkiksi tiesin alusta pitäen, että tulen ohjaamaan yleisölle avoimen, esityksellisen teoksen. Vaikka rakensin sen tekijän tilaa kunnioittavan kehollisen ilmaisun varaan, tiesin, että voi olla kivuliasta asettaa sisimmästään kumpuava materiaali katseen alle. Tutkivan ohjaajan ohjenuorani olikin ”työskennellä henkisesti” eli esiymmärrykseni mukaisesti olla lempeä ja läsnä työryhmälleni ja heidän tarpeilleen (Opinnäytesuunnitelma 2015). Ohjenuora koski myös minua. Kautta matkan pyrin luomaan itselleni ja tutkimustyölleni hedelmällisen maaperän. Esimerkiksi työryhmän kokosin minulle entuudestaan tutuista ihmisistä, joiden arvelin olevan avoimia keholliselle ilmaisulle ja työskentelyn henkisille lähtökohdille. Toivoin ensin mainitun tasapainottavan vähäistä ohjauskokemustani ja jälkimmäisten virittävän ryhmämme ”henkiselle taiteelle” otolliseen tilaan. Pyysin esillä olijoiksi esittävän taiteen opiskelija Hilla Hanhelan ja puolisoni, muusikko Juha Kuurajärven. Puvustaja oli pukuompelija Aaron Raunio, joka työskenteli etänä. Koska hän ei osallistunut keholliseen työskentelyyn ja yhteisiin keskusteluihimme, keskityn tästä eteenpäinkin Hanhelan ja Kuurajärven kokemuksiin omieni rinnalla.

Opinnäytetyöni taiteellinen osio oli oiva tilaisuus syventää vahvuuksiani teatteri-ilmaisun ohjaajana. Valitsin kehollisen ilmaisun kanaviksi toiminnallisia menetelmiä, joiden toivoin olevan vankka perusta ”henkiselle taiteelle”. Niiden tuli soveltua monenlaisille ihmisille lähtökohtiin katsomatta. Halusin myös avata niiden kautta esillä olijoiden yhteyden omaan sisäiseen maisemaansa eli ainutkertaiseen kokemusmaailmaansa sekä yksilölliseen ilmaisutapaansa. Valitsin alun harjoitusjakson päämenetelmäksi ”avaavan” Autenttisen liikkeen. Toisella harjoitusjaksolla kuljimme kohti esityksellistä muotoa, ja syvennymme pääosin ”valoisaan” butoh’oon. (Opinnäytesuunnitelma 2015.)

Tanssitaiteen professori ja koreografi Kirsi Monnin (2012, 41-42) mukaan Autenttinen liike on kehollisia kokemuksia hyödyntävä menetelmä, jota yhdysvaltalainen tanssija-koreografi Mary Starks Whitehouse on kehittänyt 1950-luvulta lähtien. Prosessimainen, väljä työskentelytapa yhdistää yksilöllisen liikeimprovisaation ja osallistuvan katsojan. Tavoitteena on syventää yksilön kehotietoisuutta eli kykyä kuunnella ja kuulla oman kehon aistimuksia ja tunteita. Syvimmillään tällainen prosessi voi lähentyä terapiaa, ja Whitehouse tunnustetaankin yhdeksi tanssiterapian edelläkävijöistä (Monni 2012, 46). Tutkimusteoksessani emme tutustuneet tähän osa-alueeseen, vaan tutkimme Autenttisen liikkeen maailmaa vapaamuotoisesti. Pidimme esimerkiksi ”liiketapahtuman” lyhyenä, vain 15-20 minuutin mittaisena. Sellaisenaan menetelmä soveltuukin mielestäni myös taiteelliseen toimintaan, kuten esitysmateriaalin innoittajaksi.

Tutkimusteokseni esityksiä varten jalostimme Autenttisen liikemateriaalin butoh-vaikutteiseksi tanssiksi. Tanssitaiteen professori Sondra Fraleigh’n (2010, 11-36) mukaan butoh on 1950-luvun Japanissa syntynyt nykytanssin muoto, jonka perustajiksi katsotaan Tatsumi Hijikata ja Kazuo Ohno tanssiryhmineen. Vaikka sen juuret ovat synnyinmaansa perinteisissä esitystaiteissa, kuten kabuki- ja nō-teatterissa, se ei ole juuttunut yksinomaan niihin. Vielä nykyäänkin butoh jatkaa omalaatuista kehityskulkuaan eri puolilla maailmaa. Hijikatan ja Ohnon tavoin se on leikitellyt muun muassa postmoderniin länsimaisen tanssin ja fyysisen teatterin kanssa sekä omaksunut vaikutteita surrealismista ja dadaismista. Idän viisausperinteet ja shamanismi ovat niin ikään lahjoittaneet ydinolemuksestaan butoh’lle, ja tulkintani mukaan antaneet sille sen omaleimaisen, filosofis-henkisen luonteen. Fraleigh’a (2010, 76) vapaasti lainaten luonnehtisin sitä silti pikemminkin päättelemättömäksi periaatteeksi kuin katsomusmuodoksi.

Vaikka Autenttinen liike ja butoh olivat tutkimusteokseni keskeisimpiä innoittajia, ne eivät suinkaan ole ainoita soveltamiani menetelmiä. Tutustutin esillä olijat muun muassa yksinkertaiseen hengityshengitysmeditaatioon, jonka tarkoitus oli auttaa heitä havainnoimaan hengityksen myötä hyväksyvästi kaikenlaisia kehon tuntemuksia. Sisällytin harjoituksiin myös tilalähtöisiä tutkielmia, kuten ympäristön innoittamia liikeimprovisaatioita, joiden koin ilmentävän ”henkisen taiteen” luontoyhteyttä. Tarpeellisina pidin erilaisia kontakti- ja luottamusharjoitteitakin, joiden koin auttavan luottamuksellisen yhteyden muodostumisesta. Näistä ”peili” lienee yleisimmin tunnettu. Käyttämässämme peiliharjoitteessa Hanhela ja Kuura-järvi asettuivat vastatusten ja sopivat, kumpi ensinnä johtaa liikettä. Toinen toisti johtavan osapuolen liikkeen samanaikaisesti ja mahdollisimman uskollisesti. Jonkin ajan kuluttua he vaihtoivat osia. Viimeiseksi he kokeilivat, luonnistuuko peilaus silloinkin, kun osia ei oltu ennalta määritelty. ”Peilin” yhtenä tavoitteena onkin ymmärtääkseni saavuttaa tila, jossa yhteys on niin vahva, että osat sulautuvat toisiinsa. Tällöin liike vaikuttaa syntyvän yhteisesti, molempien yhtä aikaisesta aloitteesta.

3.1 Tutkimusteokseni kulku ja menetelmien soveltaminen

Tutkimusteokseni ensimmäinen harjoitusjakso koostui kolmesta noin 1,5-2 tuntia kestäneestä tapaamisesta syys-lokakuussa 2015. Harjoitusjakson tavoitteena oli paitsi tutustua työryhmänä toisiimme, myös tutustuttaa esillä olijat keholliseen ilmaisuun. Alkuun vaihdoimme aina kuulumisia ja käsitelimme esiin nousseita kysymyksiä, minkä jälkeen virittäydyimme Autenttiseen liikkeeseen lyhyen hengitysmeditaation avulla. Kumpikin esillä olijoista teki Autenttista liikettä noin 15-20 minuutin ajan toisen todistaessa tapahtumaa, ja lopuksi sanallistimme kokemuksemme keskustellen ja kirjoittaen. Päätimme kunkin keran noin viiden minuutin mittaiseen tajunnanvirtakirjoitukseen, joka alkoi aina sanoilla: ”Kehoni on nyt...”. Poimimme teksteistä kolmesta viiteen puhuttelevaa sanaa tai lausetta, joita käytimme myöhemmin esimerkiksi teoksen teeman löytämisessä. Harjoitusjakson aikana teimme myös täydentäviä harjoituksia, kuten ääni-improvisaatioita ja tilalähtöisiä tutkielmia, jotka olivat Autenttisesta liikkeestä kummunneiden mielikuvien ja oivallusten innoittamia.

Autenttista liikettä ohjatesani noudatin tapaa, jonka olen oppinut esittävän taiteen opintojen aikana, ja jota Monni (2012, 51-59) kuvailee väitöskirjansa liitteessä. Ohjeistin liikkujaa valitsemaan aloitusasennon, sulkemaan silmänsä ja seuraamaan hetken hengitystään. Hengitysmeditaation myötä annoin hänen ankkuroitua hetkeen sekä etsiä kiireettömästi liikettä, joka odotti purkautumiskanavaa. Kehotin liikkujaa avautumaan tuntemuksille ja antamaan niiden virrata vastustelemattomina ja ohjaamattomina liikkeinä tilaan. Koin, että näin ohjeistamalla liike ikään kuin vapautui liikkujan kehosta; sitä ei tullut kahlita arvotuksin, sen tuli vain antaa viedä. Vastaavaan arvottamattomaan, lempeään lähestymistapaan ohjasin osallistuvaa todistajaakin, tutkimusteokseni tapauksessa toista esillä olijaa. Ensinnäkin hänen tuli turvata liikkujan tutkimusmatka esimerkiksi varmistamalla, ettei tämä törmää tilan esteisiin. Toisekseen hänen tuli tukea omilla havainnoillaan kokijan myöhempää reflektiota tapahtuneesta.

Ohjaajana seurasin Autenttista liikettä sivummalta, myötäelin sitä ikään kuin toisena todistajana. Siten saatoin myöhemmin liittää mietteeni ja mielikuvani osaksi yhteistä keskustelua, ”liiketapahtuman” reflektiota. Tulkitsen toki tapahtumia silloisten tuntemusteni ja nykyisen ymmärrykseni kautta, mutta koen, että ensimmäisellä harjoitusjaksolla tulin toisinaan osaksi esillä olijoiden sisäistä maisemaa. Vaikken voi väittää ymmärtäneeni täysin heidän kulkemaansa matkaa, koetin kuitenkin oppia kohtaamaan ja hyväksymään sen sellaisenaan. Käsitin tämän osaksi ammatillista kasvuani ja tavaksi ilmentää esiymmärrykseni mukaista henkisyttä – opettelun käytännönläheisesti hyväksyvää, tietoista läsnäoloa.

Toisella harjoitusjaksolla loka-marraskuussa 2015 muovasimme tutkimusteoksen esitykselliseksi kokonaisuudeksi, *Tuulen tieksi*. Teemat kuolema, tuuli ja maa sekä keräämämme liikemateriaali rajasivat teoksemme esityksellistä muotoa. Harjoitusjaksojen välissä olimme pitäneet parin viikon tauon, jonka aikana keskityin tulevien esitystemme markkinointiin. Lisäksi valmistelin teemojen innoittamia butoh-harjoitteita. Esillä olijat Hanhela ja Kuurajärvi puolestaan työskentelivät itsenäisesti antamieni tehtävien parissa. He kirjoittivat teemojen ja tajunnanvirtakirjoitustensa pohjalta runot sekä tutustuivat tuuleen käymällä sen kanssa sisäisen keskustelun. Viimeksi mainitun arvelin virittävän esillä olijat butoh'n henkeen. Toivoin sen myös auttavan heitä muodostamaan omanlaisensa vastaanottavaisen yhteyden luontoon – esiymmärrykseni pohjalta tämä oli yksi henkisyyden ilmenemismuodoista ja siten mahdollisesti tärkeää ”henkiselle taiteellekin”. Ensisijaisesti jahtasin silti edelleen esillä olijoiden kokemuksia.

Molemmat toisen harjoitusjakson tapaamisista olivat kestoltaan 1,5-2 tuntia. Niihin sisältyi virittäytymisen hengitysmeditaation muodossa sekä butoh-harjoitteita ja tanssia. Täydentäviin menetelmiin luokitui esimerkiksi edellisessä luvussa kuvailemani ”peili”. Lisäksi osallistuin yhdessä Kuurajärven kanssa butoh-tanssija ja -opettaja Osku Leinosen seitsentuntiseen, intensiiviseen butoh-työpajaan. Siellä keskityimme kehon keskusta kumpuavaan liikkeeseen, ja hyödynsinkin oppimaani välittömästi ohjaustyössäni. Tajunnanvirtakirjoituksia emme toisella jaksolla tehneet. Jatkoimme kuitenkin tuntemustemme ja kokemustemme reflektointia. Kirjasin huomionni edelleen työpäiväkirjaani.

Kokemukseni mukaan butoh on moniulotteinen tanssimuoto, joka voi etenkin kokemattomalle avautua huonosti. Koska oma ohjaus- ja tanssikokemukseni oli *Tuulen tien* aikaan vähäinen, päätin tutustuttaa esillä olijat tuntemiini yksinkertaisiin butoh-harjoitteisiin. Niille ominaista on muun muassa kehosta vapaasti virtaava liike, joka syntyy hetken, tilan tai mielikuvan innoittamana. Tanssin tueksi voidaan antaa erilaisia määreitä – vaikkapa liikesuunta kehon keskustasta eteenpäin tai tietty asento. Fraleigh'n (2010, 52-53) mukaan butoh'lle tunnusomaisena pidetään usein likeistä yhteyttä maahan. Se ilmenee keholiiksestä esimerkiksi matalana painopisteenä ja eräänlaisena kyykkymäisenä asentona.

Pidän edellä kuvaamaani lähestymistapaa hyvin teknisenä, enkä koe sen tavoittavan butoh'n ydinolemusta ja rikkautta. Niinpä lähestyin sitä *Tuulen tiellä* vapaamuotoisesti, pääosin kahden merkittäväksi kokemani näkökulman kautta. Ne olivat metamorfoosi eli muodonmuutos ja vastakohtat, kuten teemat maa ja tuuli. Seuraava ote työpäiväkirjastani kuvaa, miten ohjasin esillä olijoita muuttumaan kivistä tuuleksi. Ohjaajana tapani oli liukua asennon etsimisestä suoraan tanssiin. Kokonaisuus vei yleensä noin 10-20 minuuttia.

Asetu seisomaan noin lantionlevyiseen haara-asentoon, polvet pehmeinä ja varpaat suoraan eteenpäin. [...] Juuret kurkottavat jalkapohjista maan ytimeen. Kellu kaikessa rauhassa maan ja taivaan välissä. Anna sisäisen tuulen [hengityksen] kulkea onkaloissasi.

Jalkasi ovat kiveä. [...] Olet kivi. Tuuli osuu pintaasi. Sade kuluttaa sinua. Vuodenajat kuluvat. Vuodet vierivät. Tuuli irrottaa hiukkasia. Sade raapii pintaasi. [...] Kun läpsäytän käteni yhteen, tuuli puhalttaa viimeisenkin kivihiukkasen mukanaan. Olet tuuli. (Työpäiväkirja 2016.)

Butoh'a ohjatesani ja *Tuulen tien* esitysluonnosta valmistellessani pyrin noudattamaan tanssikäsitystäni. Mielestäni tanssissa – sen enempää kuin Autenttisessa liikkeessäkään – ei ole tavoiteltavaa ideaalisuoritusta tai -kehoa. Kuten Raisa Foster (2015, 67) tanssi-innostamisen periaatteista kertoessaan huomauttaa, ohjaajan tulee mielestäni luopua tarpeestaan muuttaa ihmisiä tietynlaiseksi. Lisäksi hänen tulisi välttää tanssijoiden kokemusten liiallista manipulointia. Edellä mainituista syistä en butoh'a ohjatesani halunnut antaa tanssin tueksi arvottavia määreitä tai luoda heille esitykseen koreografiaa. Yllä olevan esimerkkitapauksen mukaisesti en esimerkiksi kuvaillut, minkälaisia kiviä esillä olijat olisivat. Liioin en sanellut, miten heidän tulisi tuuleksi muuttumista ilmaista. Oman butoh-kokemukseni pohjalta uskoin, että tällä tavoin esillä olijoiden sisäinen maisema voisi avautua esityksissä sellaisenaan.

3.2 Luonnon lumoa ja läsnäolon voimaa *Tuulen tien* esityksissä

Tuulen tien esitykset olivat marraskuussa 2015 ja kukin niistä oli kestoaltaan noin puoli tuntia. Kaksi ensimmäistä esitystä pidimme ilta-aikaan merenrannalla Kokkolassa ja kolmannen iltapäivästä metsälaavulla Kaustisella. Yleisön määrä vaihteli ensi-illan kahdestatoista henkilöstä kahden myöhemmän esityksen seitsemään ja kahdeksaan. Esitysten jälkeen he saivat halutessaan nauttia kanssamme teetä sekä keskustella vaikutelmistaan ja kirjoittaa niitä vieraskirjaan. Keräsin katsojapalautetta ensisijaisesti ohjaajantyön kurssia varten. Vapaamuotoisuuden ja suppeuden vuoksi se ei ymmärtääkseni täytä laadullisen tutkimuksen tunnusmerkkejä (Teatterikorkeakoulu 2007). Opinnäytetyössäni olenkin pitänyt sitä suuntaa-antavana. Näin ollen käsittelen sitä tässä luvussa vain pääpiirteissään.

Valmistauduimme esityksiin pukeutumalla esitysvaatteisiin sisätiloissa. Sen jälkeen siirryimme valmistelevaan esityspaikkaan. Kokkolassa valaisimme iltaisen merenrannan kynttilöin ja muutamalla pienellä, paristokäyttöisellä valaisimella. Kumpaisessakin esityspaikassa sytytimme nuotion ja varasimme kuumaa teetä lämmikkeeksi. Esillä olijoiden virittäytyessä valitsemallaan tavalla tilaan ja hetkeen, noudin yleisön kokoontumispaikalta noin kymmenen minuutin kävelymatkan päästä. Siellä kerroin *Tuulen tien*

synnystä ja ohjeistin, kuinka esitystilanteessa tulisi toimia. Annoimme yleisölle mahdollisuuden asettua osaksi esityksen maisemaa. Toisin sanoen he saivat katsella sitä valitsemastaan paikasta ja myös liikkua esityksen aikana, kunhan se kunnioittaisi hetkeä ja läsnäolijoita.

Alla oleva ote on osa Perhonjokilaakso-lehden päätoimittaja Mauri Ahon kirjoitusta, jossa hän kuvailee Kaustisen esitystä:

Anthoni oli tehnyt pahvisesta holkista ja ilmastointiteipistä rummun, jolla antoi tahtia tai-valluksellemme. Perillä laavulla odotti nainen (Hilla Hanhela) ja mies (Juha Kuurajärvi), jotka seisoivat vastakkain. Pian nainen lähti hitaasti etenemään lumisessa maisemassa ja perässä tullut mies piteli naista lanteista.

Aikansa edettyään nainen irtaantui miehen otteesta ja mies jäi seuraamaan naisen liikehtimistä, johon sisältyi välillä ryökimistä ja kellahtamista lumiselle tantereelle. [...] Mitä tässä esityksessä oikeastaan tapahtui? Ohjaaja Anthoni Levonsaari ei sen tarkemmin tarinan juonta kertonut [...] ideana oli, että jokainen katsoja saa tehdä esityksestä omanlaisensa tulkinnan jos tulkintaa kaipaavat. (Aho 2015.)

Kirjoituksesta piirtyy esiin esityksen ranka, josta kaikki tunteet ja tulkinnat on karsittu. Kirjoituksessaan Aho pohtii, mistä esityksessä oli kyse. Jälkikäteen utelinkin yleisöltä, mitä heidän mielestään *Tuulen tiellä* tapahtui. Tarinalliset tulkinnat vaihtelivat kokijasta toiseen. Mielestäni teoksemme teemat kuolema, tuuli ja maa kuvastuvat niistä selkeästi. Jokunen mainitsi esimerkiksi irti päästämisen tai eroamisen. Yksi puhui maadoittumisesta ja paluusta juurille, toinen siitä, kuinka ”pääsi kiinni sisäisiin ääniin ja maahan”. (Vieraskirja 2015; Työpäiväkirja 2016.)

Saamani palautteen (Vieraskirja 2015; Työpäiväkirja 2016) perusteella tulkitsen, että *Tuulen tie* ei päästänyt katsojia helpolla. Osa sanoikin suoraan, ettei esitys auennut. Siitä huolimatta se palautteen mukaan herätti ajatuksia ja havahdutti pohtimaan omakohtaista kokemusta. Lähes jokainen katsoja kertoi tunteensa rauhaa ja selkeyttä esityksen aikana. Moni myös huomautti ihastelleensa esillä olijoiden läsnäoloa, keskittymistä ja yhteyttä toinen toisiinsa. Lisäksi moni oli vaikuttunut *Tuulen tien* kokonaisvaltaisuudesta. Arvioin, että teoksemme välittyikin katsojalle pikemminkin kokemuksena kuin esityksenä. Intiimistä, voimakkaita tunteita herättäneestä harjoitus- ja esitysprosessista kertoivat esillä olijat Hanhela ja Kuurajärvin.

3.3 Turhautumisesta tyyneyteen ja kömpelöstä liikkeestä liitoon

Ohjaajana olin saanut kunnian todistaa esillä olijoiden kehityskaarta *Tuulen tiellä*. Halusin heidän kuitenkin sanoittavan löytönsä itse. Niinpä haastattelin heidät toistamiseen esitysten jälkeen. Utelin, mitä merkityksellistä he olivat matkallaan löytäneet ja miten kokivat muuttuneensa. Muutoksen hahmottaakseni vertasin kertomuksia taiteellisen prosessin alussa tekemiini haastatteluihin. Hanhelan kertomasta olen poiminut rauhan kokemuksen ja luontosuhteen muutoksen. Kuurajärven kokemuksista kiinnostukseni herätti kehon rajoitteiden hyväksymisen.

Harjoitusprosessini alussa tekemässäni haastattelussa (2015) Hanhela sanoi elämäkäsitystään tieteellishumanistiseksi. Hän kertoi, ettei usko Jumalaan eikä koe, että elämällä olisi mitään erityistä tarkoitusta. Niin ikään hän kuvaili itseään ihmiseksi, jolla kaikenlaiset tunteet tuntuvat ”oleellisesti kehossa”. Hän mainitsi, ettei oikein osannut hiljentyä tai olla rauhassa, vaan kaipasi ympäristöstä tai tekemisestä virikkeitä, jottei turhautuisi. Kaupunkiympäristö olikin hänelle mieluisa, sitä vastoin luonto oli hänestä punkkeineen ja ötököineen hiukkasen pelottava paikka. Varsinaista ”metsärakkautta” hän ei kertonut koskaan kokeneensa, vaikka oli toki viettänyt aikaa ulkona.

Turhautuminen ja virikkeiden puuttuminen nousivat esiin etenkin ensimmäisillä harjoituskerroilla, kun teimme Autenttista liikettä. Hanhela mainitsi, että se tuntui hänestä aluksi tyhjältä ja kyllästyttävältä, koska läsnäolijoita oli vain kolme, harjoitustila tähän nähden suhteettoman suuri ja ympäristöstä kumpuavat impulssit vähänlaisia. Turhautumisen herättämien tunteiden purkamisen hän koki antoisaksi:

[---] mä olin huolissani ensimmäisen kerran jälkeen, et apua, että... Et miten mä niinku maltan? Mut sit se oli niinkun todella niinkun se ilmapiiri ja tunnelma oli tosi semmonen levollinen, ja sit mä jotenkin itekin siihen... Ja sit kun se Autenttinen liike oli semmosta, et siellä sai vähän karjua ja purkaa sitä, et helvetti, tääl on hiljasta! Ja argh, mulla on silmät kiinni ja tääl ei tapahdu mitään! [---] Mut ne oli sitten tosi hauskoja, kun ne tuli sieltä ulos. (Hanhela 2016.)

Tuulen tien esitysympäristön myötä Hanhela sai tilaisuuden tutkia kokemuksellisesti käsitystään luonnosta ja suhdettaan siihen:

Ja niin, sit se oli vielä jotenkin niin jännittävää se, kun oli satanut lunta. [---] Ja mun mielestä se oli niinkun jotenkin niin mahtavaa silleen [---] se kontakti siihen maahan ja märkään. Mä vaan niinku heittäydyin sinne maahan, et ihan sama vaikka tulisin litimäräksi, et mä haluan jotenkin niinku kokea tän maan. Et mä en voi tehdä tätä mitenkään puoliksi. Vaan se on vaan pakko jotenkin olla, olla jotenkin siinä täysillä. (Hanhela 2016.)

Tuulen tien jälkeen tekemässäni haastattelussa Hanhela (2016) kertoo löytäneensä luonnon ja mielenrauhaa sekä oppineensa, ettei aina tarvitse ”keksiä koko ajan ihan sikana juttuja”, jotta toiminta olisi mielekästä. Edellä mainitun sekä yllä olevien otteiden pohjalta tulkitsen, että taiteellisen prosessin aikana Hanhelalle oli tärkeää saada ilmaista tunteitaan, ja että hän hyötyi levollisesta ilmapiiristä. Lisäksi hän suhtautui taiteellisen prosessin jälkeen luontoon ja sen tarjoamiin mahdollisuuksiin aiempaa myönteisemmin.

Jo työryhmää kootessani huomasin, että puolisoni Juha Kuurajärvi koki olevansa enemmän muusikko kuin tanssija. Hän kaipasikin *Tuulen tien* alkutaipaleella mielestäni Hanhelaa enemmän tukea. Valitsemani menetelmät sekä kehollinen ilmaisu esityksellisen teoksen pohjana olivat hänelle vieraita. Vähäisen tanssikokemuksena vuoksi hän myös epäili valmiuksiaan ja pohti, miltä hänen liikkeensä katsojista näyttäisi:

[Mutta] siinä vaiheessa, kun ihmiset katsoo sitä liikettä niinku ja minua, mun kroppaani, niin siinä liikkeessä niin tota, mulle syntyy ajatus siitä, että onko tämä liike, minkä näköistä tämä liike on ulkoapäin katsottuna. Ja siitä tulee sellainen nolouden tunne, että tota, se näyttää jotenkin hölmöltä tai hassulta ja sellaiselta niinku ei-tanssijan liikkeeltä. Kömpelön ihmisen liikkeeltä. (Kuurajärvi 2015.)

Vaikka Kuurajärvellä oli epäilyksiä, hänen odotuksensa keholliseen ilmaisuun tutustumisesta olivat myönteisiä. Hän oli melko varma siitä, että voisi ajan mittaan ohittaa ihmisten katseen aiheuttaman ”häiriön”. Hän uskoi, että oppisi uppoutumaan liikkeeseen ja tanssimaan niin, että mahdollinen arvostelu ei saisi häntä muuttamaan tai lopettamaan liikettään. Jo ensimmäisen harjoituskerran päättävässä tajunnanvirtakirjoituksen perusteella sanoisin hänen suhtautuneen lempeämmin niin olotilaansa kuin kokeemaansa kömpelyyteenkin:

Kehoni on nyt vähemmän jäykkä ja tukossa kuin aluksi. Silti vieläkin tuntuu jumeja mutta ne ovat siedettäviä. Olen väsynyt mutta en enää ärtynyt. Päivän stressit valuivat maahan ja lihaksiin virtasi energiaa. Kehoni on nyt edelleen kömpelö, mutta ehkä kauniisti kömpelö. Hihii! (Kuurajärvi 2015.)

Tuulen tien jälkeen tekemässäni haastattelussa Kuurajärvi (2016) kiteytti kokemuksensa *Tuulen tiestä* erilaisiksi löytämisiksi. Osa näistä oli hyvin käytännönläheisiä, kuten hänen huomionsa siitä, keho tuntuu alaspäin mennessä raskaalta ja ylöspäin noustessa kevyeltä. Toiset hänen löydöistään olivat ymmärtääkseni erittäin vaikuttavia. Kuurajärvi kertoi esimerkiksi, että *Tuulen tien* esityksissä oli hetkiä, jolloin hän ”lensi jalat maassa”. Toisin sanoen hän tunsu lentävänsä, vaikka ulkoisesti havainnoiden seisoikin aloillaan. Lisäksi hän sanoi oivaltaneensa, että kömpelökin liike näyttää kauniilta silloin, kun ihminen on ”kokonaan mukana liikkeessä”. Edellä mainittujen nojalla tulkitsen, että taiteellisen prosessin aikana

hänen kehotietoisuutensa syventyi, hyväksyvä asenteensa itseä kohtaan kehittyi ja kehollinen ilmaisunsa rikastui.

Tiivistetysti sanottuna tulkitsen *Tuulen tien* esillä olijoiden muutoksen myönteisiksi. En kuitenkaan voi väittää heidän matkansa olleen yksinomaan miellyttävä. Uskoakseni taiteelliseen prosessiin liittyy väistämättä vaikeita ja kivuliaitakin hetkiä. Edellä totesinkin, että Kuurajärvi koki itsensä ei-tanssijaksi sekä liitti nolouden tunteen ja arvostelluksi tulemisen tanssijuuteensa. Myös Hanhela (2016) koki vastaavan kaltaisia tunteita *Tuulen tiellä*. Vaikeiden tuntemusten käsittely olikin mielestäni keskeistä yhteisellä matkallamme.

3.4 Riittämättömyys ja häpeä

Edellisissä luvuissa olen kuvaillut, kuinka pyrin ohjaajan ohjenuoran avulla luomaan *Tuulen tiellä* ”henkiselle taiteelle” otolliset, lempeät olosuhteet. Taipaleemme ei silti sujunut kommelluksitta: Hanhelan polvi venähti harjoituskauden puolivälissä, esitysasut valmistuivat viimetingassa ja esityksiin valmistautuessamme nuotiot eivät ottaneet syttyäkseen. Tutkimukseni kannalta pidän kuitenkin merkittävämpana mielensisäisiä mutkia. *Tuulen tieltä* nostaisinkin esiin häpeän ja riittämättömyyden tunteen kohtaamisen.

Harjoituskaudella ja ennen *Tuulen tien* esityksiä sekä Hanhela että Kuurajärvi olivat epävarmoja esillä olostaan ja siitä, mitä esitys katsojille antaisi. Niin ikään esityksen vapaamuotoinen rakenne arvelutti:

[---] ku ei oo mitään koreografiaa, mihin tukeutua. Niin jos mä vaikka liikun ihan hirveen hitaasti, niin... Et riittääkö se? Onko se kiinnostavaa? (Hanhela 2016.)

No kyllä mulla oli epäilyksiä siitä, että kykenenkö minä. Että olenko pystyväinen, silloin aluksi. [---] tulee semmonen olo, että lähtisi esiintymään soittimen kanssa, jota on soittanut vasta vähän aikaa. Vähän niinku en osaa teknisesti sitä soitinta soittaa sillä tavoin, että se kuulostaisi kauniilta ulospäin. (Kuurajärvi 2016.)

Ensimmäisen esityksen tuntemuksia ja toimintaansa kumpainenkin kuvaa sangen samansuuntaisesti:

No se esitystilannehan oli itsessään semmonen aika jännittävä. Ensimmäisessä esityksessä oli alussa just, että apua, mitä tää on ja mitä tässä tapahtuu? [---] Semmonen jonkinlainen niinku, no häpeä, jopa. Että aatteleeko nuo, että on ihan kauheeta? Mutta sitten toisessa esityksessä osas jo heittäytyä – ja ihan sama, mitä ne ajattelee! Että mä nyt vaan heittäydyin tähän ja tutkiskelen, mitä tässä voi olla. (Hanhela 2016.)

Aluksi vähän tuntui siltä, että pitääkö se yleisö tietyllä tavalla paskana koko touhua. Niin vahvin kokemus on se, että se esitys on... tarina, jonka jokainen kokee omalla tavallaan. Myös minä itse esiintyjänä. Et sit kun mä heittäydyn ja menen vaan sen liikkeen ja tunteen mukana, niin siitä tulee paras esitys siihen hetkeen. (Kuurajärvi 2016.)

Tulkintani mukaan Hanhela ja Kuurajärvi eivät aluksi olleet aivan luottavaisia. He pelkäsivät yleisön reaktiota ja mahdollisesti myös sitä, miten heihin itseensä suhtauduttaisiin. Kumpikin näyttää ylittäneen epämukavaksi tai häpeälliseksi mieltämänsä tunteen eräänlaisen sisuuntumisen varassa. Oletan tämän olleen käänteentekevä kohta *Tuulen tiellä*. Molemmat ikään kuin saivat rauhan ja pystyivät sittemmin nauttimaan esillä olosta ja sen herättämistä tuntemuksista. Kuurajärvi kuvailee muutostaan seuraavin sanoin:

Mulle on nykyään ihan sama, mitä se yleisö ajattelee siitä esityksestä. Paljon tärkeämpää on se, miltä se esitys tuntuu mussa itessä. (Kuurajärvi 2016.)

3.5 ”Henkinen taide” hukassa

Tutkimusteosta suunnitellessani uumoilin, että sen myötä esiymmärrykseni ”henkisestä taiteesta” kypsyisi ymmärryksesi. Ohjaajana pidin *Tuulen tietä* monin tavoin valaisevana teoksena. Palautteen perusteella olin mielestäni onnistunut havahduttamaan niin esillä olijat kuin katsojatkkin; tulkitsin heidän katsovan maailmaa hitusen toisin ja olevan siitä tietoisia. Pitkällisen pohdinnan jälkeenkään en kuitenkaan osannut vastata siihen, mitä ”henkinen taide” voisi olla. Kuurajärven sanat kiteyttävät ongelmani:

Kyllä, tämä [*Tuulen tie*] on henkistä taidetta, mutta se on semmonen juttu, että oikeestaan kaikki taide on henkistä. Ei sitä voi poissulkea mistään taidemuodosta. [...] toisaalta voi olla, ettei se [teos] ole yhtään henkistä jollekin. Et riippuu paljon siitä persoonasta. Kuka siinä on tekemässä, kuka siinä on vastaanottamassa. (Kuurajärvi 2016.)

Koska olin edelleen määritelmästä epävarma, toivoin sentään voivani osoittaa, että jokin menetelmistä olisi ”henkiselle taiteelle” erityisen otollinen maaperä. Oivalsin nopeasti, että tämä oli mahdotonta. Koska menetelmät kietoutuivat tutkimusteoksessani tiiviisti yhteen, en voinut erotella niiden vaikutuksia toisistaan. Siksi en tohtinutkaan väittää, että ”henkistä taidetta” luodakseen tulisi käyttää nimenomaan yhtä tai useampaa niistä. Jotenkin edetäkseni päädyin tutkiskelemaan valitsemieni menetelmien taustoja. Niistä onnistuin mielestäni tislamaan ”henkisen taiteen” ydinolemuksen – ”parantavan ja eheyttävän taiteen ja taidekokemuksen”. Sen yhdistäminen *Tuulen tien* löytöihin epäonnistui. Tuntui siltä, että yritin kiduttaa aineistoni vastaamaan myöhempää ymmärrystäni. Hapuiltuani pitkään harhateilla oivalsin ongelman: opinnäytetyöni raja-alue oli ollut liian epämääräinen ja tutkimuskysymykseni siksi vinksallaan. En ollut määritellyt selvästi, mitä ”henkinen taide” olisi. Silti olin yrittänyt tutkia sekä siihen liittämiäni

menetelmiä ja kokemuksia että luoda niiden pohjalta käsityksen ”henkisen taiteen” edellytyksistä. Olin niin sanoakseni koettanut kiivetä häntäpuoli edelle haapaan. (Työpäiväkirja 2016.)

Sittemmin opin, että laadulliselle tutkimukselle on tavanomaista, että tutkimuksen polveilla tutkittava ilmiö hukkuu – sen tulisi kuitenkin nousta näkyviin, kun tutkijan intuitio selkenee ja johdattaa hänet kohti ilmiön ydintä (Teatterikorkeakoulu 2007). Opinnäyteprosessissani sain odottaa tällaista selkiytymistä toukokuuhun 2017 saakka. Selailin tuolloin *Tuulen tien* jälkeisiä haastatteluita ja kiinnityin sanoihin, joilla Hanhela yhteistä matkaamme luonnehti:

No siellä oli semmosta oman taiteilijuuden hahmottumista. [---] Se [*Tuulen tie*] oli Antho-
nin tutkimusretti. (Hanhela 2016.)

Oivalsin, että tutkimuksessani minua oli kaiken aikaa motivoinut oma henkinen kehitykseni ohjaajana. Se oli ohjannut minua kaikessa suunnitteluvaiheesta käytännön ohjaustyöhön. Ohjaajana olin pyrkinyt esimerkiksi ohjaajan ohjenuoran avulla ilmentämään sitä, mitä pidin henkisenä ja henkiselle kehitykselle keskeisenä – myötätuntoisen ja ei-arvottavan asenteen ja toiminnan vaalimista. Tiivistettynä sanoisin, että ”henkisen taiteen” sijaan olinkin tavoitellut tietämättäni omaa ”henkistä taiteilijuuttani”. Vastauksen sijaan tutkimukseni johti minut uuden kysymyksen luo: miten olla ”henkinen taiteilija” ja teatteri-ilmaisun ohjaaja?

4 ”HENKISEN TAITEILIJUUTENI” ÄÄRIVIIVAT

Tässä luvussa kuljen henkisen kehityksen määritelmän kautta niihin osa-alueisiin, joita pidän merkityksellisinä ”henkiselle taiteilijuudelleni”. Tämänhetkisen kokemukseni ja ymmärrykseni nojalla väitän, että tietoisuus- ja tunnetaidot ovat henkisen kehityksen perusta. Näin ollen niiden on oltava myös ”henkisen taiteilijuuteni” peruspilari. Yhtä lailla tärkeänä pidän ei-arvottavaa, myötätuntoisen elämänasenteen vaalimista. Yhdessä edellä mainitut muodostavat ”henkisen taiteilijuuteni” ääriviivat, joita voin tulevien kokemusteni kautta koetella.

Väljä esiymmärrykseni henkisyydestä on opinnäyteprosessini myötä kypsynyt orastavaksi ymmärrykseksi henkisen kehityksen ja inhimillisen kasvun merkityksestä ihmisolennolle. Psykologi Tony Dunderfeltin (1997, 192-198) henkinen kehitys on yksilöllinen, toisinaan koko elämän mittainen kasvu-prosessi. Vaikka se kulkee rinnan ihmisyksilön inhimillisen kasvun kanssa, se myös eroaa siitä. Molemmissa on parhaimmillaan kyse ajattelun, tunteen ja tahdon monipuolisesta kehittämisestä. Henkisen kehityksensä myötä ihminen alkaa pohtia elämän ”suuria kysymyksiä”: olemassaolonsa tarkoitusta sekä suhdettaan henkiseen ulottuvuuteen, kuten Luojaan tai Henkeen. Niin ikään hän koettaa elämäнкäsityksensä pohjalta muodostaa tähän tietoisuuden yhteyden.

Vaikka en tutkimusprosessissani ole pyrkinyt luomaan selkeää suhdetta elämän henkiseen ulottuvuuteen, on elämäнкäsitykseni kiteytynyt. Ymmärtääkseni olemme osa jatkuvasti muuttuvaa energiaverkostoa, jossa kaikki ilmiöt ovat riippuvaisia toisistaan ja vaikuttavat toisiinsa (Malinen 2014, 60-61). Näin ollen ei ole yhdentekevää, millaisen jäljen maailmaan toiminnallamme jätämme. Mielestäni vastuullisen, taitavan ihmiselämän tavoitteena on tulla yhteydestämme tietoiseksi ja pyrkiä toimimaan niin, että voimme elää toisiamme tukien ja kunnioittaen. Kutsun tätä henkiseksi kehitykseksi, ja pidän omaa ”henkistä taiteilijuuttani” sen sisarena; yhdistelmänä vastuullista elämäntaitoa ja kehollista ilmaisua.

Vastuullinen elämäntaito ja kehollinen ilmaisu edellyttävät nähdäkseni toimivia tietoisuus- ja tunnetaitoja. Tutkimusprosessini myötä esimerkiksi ymmärrykseni kehollisen ilmaisun ja tunne-elämän yhteydestä onkin kirkastunut. *Tuulen tiellä* kiinnitin huomiota esillä olijoiden ajoittain voimakkaaseen tunneilmaisuun, joka ilmeni etenkin Autenttisen liikkeen yhteydessä. Kuurajärvi (2016) esimerkiksi kuvaili, kuinka sen aikana tunteet ”tulivat kehosta läpi”. Ohjaajan kokemukseni tukee Fosterin (2015, 19) huomiota, jonka mukaan kehollinen ilmaisu voi herättää monenlaisia tuntemuksia ja muistoja, myös kielteisiksi miellettyjä. Ymmärtääkseni tunneilmastomme heijastaa omaa sisäistä maailmaamme, joskin

heijastus tavanomaisesti on uskomustemme ja asenteidemme värittäjä (Dunderfelt 2006, 62-73). Toisin sanoen ne ovat subjektiivisena kokemuksena totta, mutta eivät välttämättä kerro mitään ulkoisesta todellisuudesta. Näin ollen onkin mielestäni tärkeää kyetä tarkastelemaan tunteita tyynesti ja arvottomasti. Tällöin on harjoituksen myötä mahdollista oikaista vääristyneetkin tunnekiemurat ja toimia taitavasti. Tältä pohjalta tulkitsen Hanhelan ja Kuurajärven toimineen, kun he *Tuulen tien* esityksissä jatkoivat tanssiaan häpeän tunteesta huolimatta.

”Henkisenä taiteilijana” ja teatteri-ilmaisun ohjaajana kannustaisin tunteiden vapaaseen mutta kunnioitettavaan ilmaisuun. Samalla minun tulisi ehdottomasti olla tietoinen siitä, miten esimerkiksi työryhmän tunneilmasto ohjaajan työhöni vaikuttaa. *Tuulen tiellä* tiedostin toisinaan vältteleväni ristiriitatilanteita, koska arastelin esillä olijoiden mahdollisia kielteisiä tunteenilmauksia ja omaa suhtautumistani niihin. Ohjaajana koin tällaisissa tilanteissa toimivaksi ei-arvottavan, tietoisien läsnäolon (mindfulness) harjoittamisen esimerkiksi hengitystä seuraamalla. Ymmärrykseni mukaan edellä mainittu harjoite ei edellytä aiempaa harjaantuneisuutta tai tiettyä elämäнкäsitystä. Sanoisin, että sitä voisin suhteellisen huoletta hyödyntää muun harjoittelun tukena. Syvällisempi meditaatio vaatii käsittääkseni kokeneen opettajan opastusta ja vilpittömyyttä kiinnostusta omakohtaiseen henkiseen kehitykseen. Näin ollen en hevin odottaisi tuleviltakaan työryhmiltä siihen sitoutumista.

Hyvätkään tietoisuus- ja tunnetaidot eivät yksin riitä, mikäli mielin tulevaisuudessa syventää ”henkistä taiteilijuuttani”. Psykologi ja psykoterapeutti Tapio Malinen (2014, 56-57) huomauttaa, että länsimaissa tietoisuustaidot ymmärretään yleensä sangen suppeasti. Esimerkiksi erilaisilla hyväksyvää tietoisesta läsnäoloa (mindfulness) kehittäville meditaatioharjoitteille kieltämättä on buddhalaiset juuret. Niissä kuitenkin korostetaan hänen mukaansa vain yhtä tietoisena olemisen piirrettä – hyväksymisen ja ei-arvioimisen näkökulmaa. Täten ne sivuuttavat ilmiön laajuuden ja moniulotteisuuden. Malinen muistuttaa, että yhtä lailla tärkeää tietoisuustaidoissa on eettisten, sosiaalisten ja emotionaalisten ulottuvuuksien kehittäminen. Koska en tahdo ”henkisen taiteilijuuteni” jäävän vain sisäiseksi vellonnaksi ja mutusteluksi, toivon jo lähitulevaisuudessa luovani vaihtoehtoisen tilan, jossa kyseiset ominaisuudet voivat kukoistaa. Oli tämä tila sitten mielensisäinen tai käsin kosketeltava, uskon sen jättävän elinympäristööni valoisan jäljen; mahdollisuuden *olla*.

5 LOPUKSI

Varto (1992, 46-48) muistuttaa, että ihminen jäsentää maailman merkityssuhteiden- ja kokonaisuuksien kautta. Aiemmat merkitykset toimivat uusien kokemusten pohjana. Tästä seuraa, että uusien kokemusten jäsentäminen edellyttää niiden syvällistä ymmärtämistä. Opinnäyteprosessini perusteella sanoisin, että tämä vaatii aikaa – ja järjestelmällisyyttä. Kulkemani matka ”henkisen taiteen” metsästäjästä ”henkiseksi taiteilijaksi” onkin ollut pitkä eikä laisinkaan ongelmaton. Tutkimustyöni keskeisimpänä virheenä pidän epäjärjestelmällistä ja rönsyilevää lähestymistapaa. Sen ansiosta olen toki löytänyt itseni odottamattomasta maastosta, mutta ilmiön hahmottaminen ja näkökulman rajaaminen ovat olleet minulle vaikeita. Niin ikään olen jättäytynyt pitkiksi ajoiksi päättämättömyyden valtaan ja viivästyttänyt kenties liiankin kauan tutkimani ilmiön määrittelyä. Lukijalle tämä näyttäytynee epäsuhtana ”henkisen taiteen” ja ”henkisen taiteilijuuden” välillä. Aineisto, teoreettinen viitekehys ja nykyinen ymmärrykseni ovat ikään kuin toisistaan irrallisia.

Kaiken kaikkiaan olen ”henkistä taidetta” ja ”henkistä taiteilijuutta” tutkiessani rajannut pois monia kiinnostavia ja tärkeitä alueita, kuten hengellisyyden eli uskonnollisen näkökulman. Elämäkäsitykseni kannalta viimeksi mainittu on minulle vieras maailma, ja siten toisten tutkijoiden valtakuntaa. Koska elämme 2010-luvun Suomessa, olen nostanut opinnäyteprosessistani esiin sellaisia huomioita, joiden uskon hyödyttävän ja innostavan aikakautemme ihmisiä – erityisesti esittäivistä taiteista ja sen menetelmistä kiinnostuneita. Tämän vuoksi en ole opinnäytetyöni kirjallisessa osassa syventynyt esimerkiksi buddhalaisen mietiskelyperinteen historiaan, vaikka olen siihenkin tutustunut. Samoin olen ”unohtanut” ilmiön linkittämisen nykymaailmaan ja ammatilliseen identiteettiini. En esimerkiksi ole selväsanaisesti kuvaillut esittävien taiteiden, kehollisen ilmaisun ja henkisen viisausperinteen harjoittamisen yhtymäkohtia.

Opinnäytetyöni ilmeisistä puutteista huolimatta minua lohduttaa se, että laadullisen tutkimuksen tarkoituksena ei (Teatterikorkeakoulu 2007) ole tarjota pysyvää tietoa tai todistaa mitään. Sitä vastoin tavoiteltavaa voi olla vaikkapa ilmiön uudelleen jäsentäminen ja syvällinen ymmärtäminen. Odottamattoman opinnäyteprosessini myötä en löytänyt ”henkistä taidetta”, mutta tavoitin oman ohjaajan taiteeni henkisen, sielullisen ulottuvuuden. Oivalsin, että minkä hyvänsä ilmaisukanavan tulevaisuudessa valitsenkin, minun on ensinnä luotava tila ”henkisellemme taiteilijuudelleni” ja kasvettava sen arvoiseksi; myötätun-

toiseksi taitajaksi. Käytännössä tämä edellyttäneen sinnikästä ja päämäärätietoista työskentelyä – ei-toivottujen ominaisuuksien tiedostamista ja kitkemistä sekä myönteisen toiminnan vaalimista. Luonnehtisinkin tällaista taiteilijuutta elämän mittaiseksi matkaksi, joka on jo itsessään antoisa ja merkityksellinen.

LÄHTEET

Aho, M. 2015. Tuulen tilalla olikin lumi. Perhonjokilaakso 26.11.2015.

Dunderfelt, T. 1997. Elämänkaaripsykologia: Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. 9. painos. Porvoo: WSOY.

Dunderfelt, T. 2006. Voimavarana itsetuntemus. Helsinki: Kirjapaja.

Foster, R. 2015. Tanssi-innostaminen: Kohti yksilön ja yhteisön hyvinvointia. Helsinki: Books on Demand.

Fraleigh, S. 2010. Butoh: Metamorphic Dance and Global Alchemy. Urbana: University of Illinois Press.

Monni, K. 2012. Alexander-tekniikka ja Autenttinen liike -työskentely. Kaksi kehontietoisuuden harjoittamisen metodia. 2. painos. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.

Malinen, T. 2014. Buddhalainen psykologia, tietoisuustaito ja terve mieli. Teoksessa: (toim.) Kortelainen, I.; Saari, A. & Väänänen, M. Mindfulness ja tieteen: Tietoisuustaidot ja kehotietoisuus monitieteisen tutkimuksen kohteena. Tampere: Tampere University Press. S. 55-82.

Rauhala, L. 1989. Ihmisen ykseys ja moninaisuus. Helsinki: Sairaanhoidajien koulutussäätiö.

Varto, J. 1992. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Helsinki: Kirjayhtymä.

SÄHKÖISET LÄHTEET

Teatterikorkeakoulu ja tekijät. 2007. Mitä on laadullinen, postpositivistinen tutkimus? Www-dokumentti. Teatterikorkeakoulu. Saatavissa: <http://www.xip.fi/tutkija/> Luettu: 10.7.2017.

JULKAISEMATON AINEISTO

Hanhela, H. 22.9.2015. Haastattelu.

Hanhela, H. 18.2.2016. Haastattelu.

Kuurajärvi, J. 15.9.2015. Haastattelu.

Kuurajärvi, J. 21.2.2016. Haastattelu.

Levonsaari, A. 2015. Opinnäytesuunnitelma.

Levonsaari, A. 2016. Työpäiväkirja 2015-2016.

Levonsaari, A. 2015. Vieraskirja